

Конспект по спортна психология за 11 клас СФО

1. Предмет, обект и основни задачи на спортната психология. Място и значимост на спортната психология.
2. Психологическа характеристика на спортното състезание - особености на състезателната дейност.
3. Психомоторни качества. Методи за диагностика .
4. Темперамент. Характер и характерологични черти. Формиране и развитие на личността и нейните качества.
5. Мотивация и спорт .
6. Колективни ценности, единство, сътрудничество и взаимозависимост. Психологически климат и междуличностни отношения Тиймбилдинг.
7. Внимание - характеристика и функции на вниманието при изпълнение на двигателните действия. Особености и развитие на вниманието.
8. Волева подготовка. Особености на волевите действия в спорта. Развитие на волята през отделните възрастови етапи. Волеви качества на спортиста.
9. Интелект и спорт. Психологически основи на тактическата подготовка в спорта. Интелектуална активност и развитие на творческите способности в спорта.
10. Стрес и тревожност в спорта. Предстартови състояния. Регулация и саморегулация на състоянията в спортносъстезателната дейност .
11. Работоспособност и умора. Динамика на психичните състояния в учебно-тренировъчния процес.
12. Психическо възстановяване. Същност и характеристики. Динамика на възстановяването. Методи за психично възстановяване.
13. Психична устойчивост. Същност и прояви. Фактори на психичната Устойчивост. Подбор и ориентация в спорта
14. Психологически особености в развитието на детето в началната училищна възраст. Психолого-педагогически изисквания при работа с деца в тази възраст. Психологически особености на развитието през периода на средната училищна възраст. Ефективност на педагогическите въздействия.
15. Психологическа характеристика на горната училищна възраст. Психолого-педагогически изисквания при работата в юношеска възраст.
16. Психологическа характеристика на младежката възраст. Ефективност на педагогическите въздействия .
17. Психологическо осигуряване на спортната дейност. Място и роля на психологическото осигуряване в системата на спортната подготовка. Равнища на психологическо осигуряване. Основни направления .
18. Планиране на психическата подготовка .

Времетраенето на изпита :180 минути

Формат на изпита:ПИСМЕН

Крайната оценка от изпита се формира върху два развити въпроса.

ЛИТЕРАТУРА:Попов Н. Обща психология.НСА ПРЕС,СД999

Герон,Е.,Ю.Мутафова-Заберска.Мотивация при физическата дейност и спорта.НСА ПРЕС С.2004 Янчева Т.Психологическо осигуряване на спортната практика.ИПБ НСА,С.Д997